

Volleybal-playbook

Je systeem en spelsituaties op papier: basisopstelling, receptie per rotatie, aanvalscombinaties, verdediging en signalen. Vul het in met potlood, dan kun je het blijven bijwerken.

Team

Seizoen

Trainer

Bijgewerkt op

Systeem

☐ 5-1

☐ 4-2

☐ 6-2

☐ Anders

Spelverdeler(s)

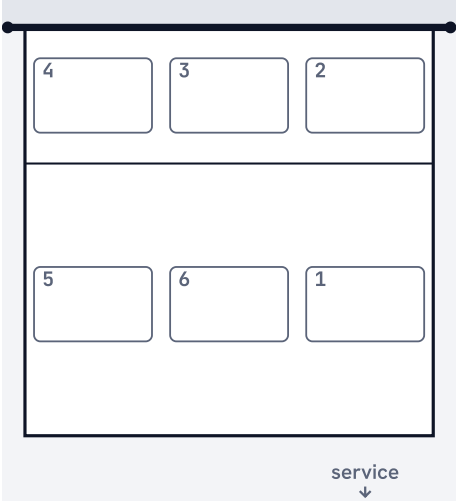
Libero('s)

Aanvoerder

Aantal passers in de receptie

Verdedigingssysteem

Basisopstelling



Zet de spelers in de rotatievolgorde: plek 1 is de serveerplek. Dit is niet je ontvangstopstelling.

Selectie en posities

Nr	Naam	Positie	Ook inzetbaar als	Notitie

Posities: Spelverdeler · Buitenaanvaller · Midden · Diagonaal · Libero

Receptie per rotatie

Teken per rotatie waar je spelers staan als de tegenstander serveert. Rotatie 1 is je basisopstelling van blad 1; daarna schuift iedereen één plek door, met de klok mee.

Bijgewerkt op _____

⑦ speler (rugnummer erin) → looplijn ----> bal —●— net

Rotatie 1 Spelverdeler op plek _____

4	3	2
5	6	1

Passers

Notitie

Rotatie 2 Spelverdeler op plek _____

4	3	2
5	6	1

Passers

Notitie

Rotatie 3 Spelverdeler op plek _____

4	3	2
5	6	1

Passers

Notitie

Rotatie 4 Spelverdeler op plek _____

4	3	2
5	6	1

Passers

Notitie

Rotatie 5 Spelverdeler op plek _____

4	3	2
5	6	1

Passers

Notitie

Rotatie 6 Spelverdeler op plek _____

4	3	2
5	6	1

Passers

Notitie

Aanvalscombinaties

Eén combinatie per vak: wie loopt waarheen, waar de bal heen gaat en met welk signaal je hem afspreekt. De streepjes langs het net staan een meter uit elkaar.

Bijgewerkt op _____

⑦ speler (rugnummer erin) → looplijn ----> bal —●— net

Combinatie 1 Naam _____

			Signaal _____ Wanneer _____ Notitie _____ _____ _____
--	--	--	---

Combinatie 2 Naam _____

			Signaal _____ Wanneer _____ Notitie _____ _____ _____
--	--	--	---

Combinatie 3 Naam _____

			Signaal _____ Wanneer _____ Notitie _____ _____ _____
--	--	--	---

Combinatie 4 Naam _____

			Signaal _____ Wanneer _____ Notitie _____ _____ _____
--	--	--	---

Combinatie 5 Naam _____

			Signaal _____ Wanneer _____ Notitie _____ _____ _____
--	--	--	---

Combinatie 6 Naam _____

			Signaal _____ Wanneer _____ Notitie _____ _____ _____
--	--	--	---

Verdediging

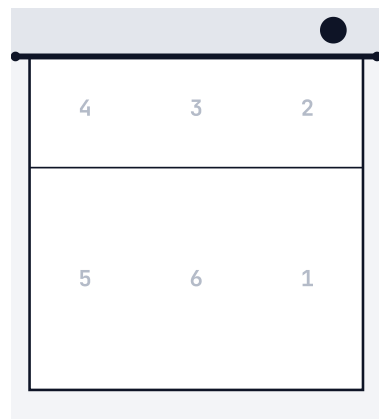
Teken per situatie het blok en de plek van elke verdediger. De zwarte stip boven het net is de aanvaller van de tegenstander.

Bijgewerkt op _____

⑦ speler (rugnummer erin) → looplijn ----> bal — net ● aanvaller tegenstander

Aanval via hun plek 4

tegenover onze plek 2

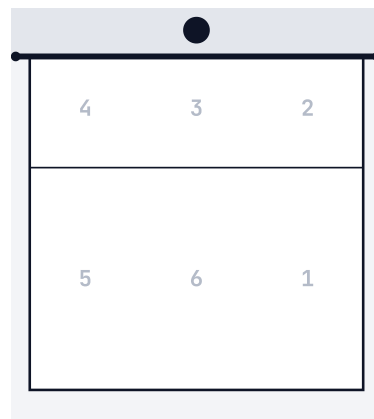


Blok

Notitie

Aanval via hun plek 3

door het midden

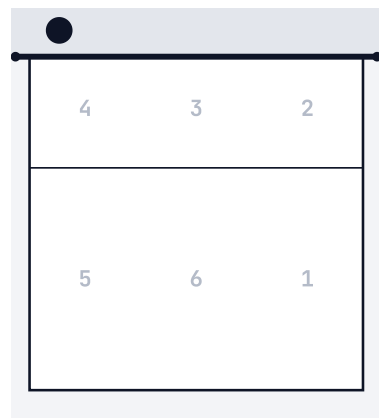


Blok

Notitie

Aanval via hun plek 2

tegenover onze plek 4

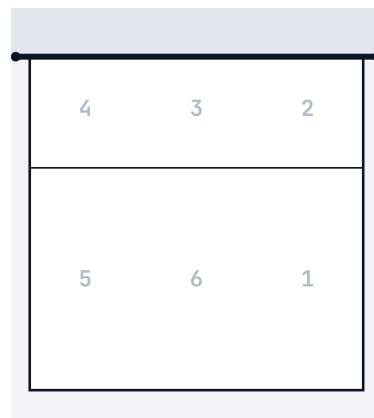


Blok

Notitie

Aanval vanuit hun achterlijn

van achter hun 3-meterlijn

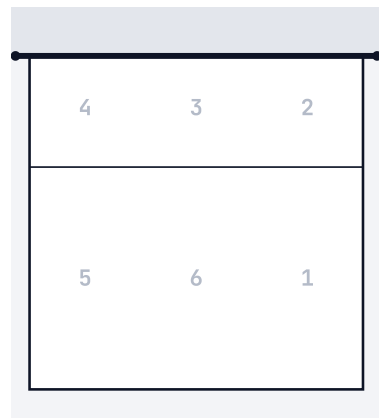


Blok

Notitie

Vrije bal

makkelijke bal over het net

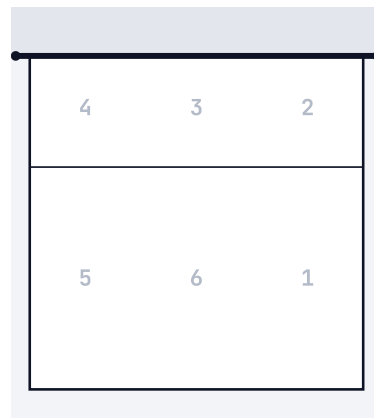


Wie neemt hem

Notitie

Dekking eigen aanval

rond onze aanvaller



Wie dekt

Notitie

Signalen en afspraken

Wat jullie roepen of met de hand laten zien, en de afspraken die het hele team kent.

Bijgewerkt op _____

	Signaal of roepwoord	Betekenis	Wie geeft het
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

Service-afspraken

Overige afspraken (time-out, wissels)

Zo gebruik je dit playbook

1. Vul blad 1 in: systeem, selectie en de basisopstelling in rotatievolgorde.
2. Teken per rotatie de receptie en loop elke rotatie op de training rustig door.
3. Begin met een paar aanvalscombinaties en voeg pas iets toe als het op de training lukt.
4. Verandert er iets, pas het blad aan en vul de datum in bij Bijgewerkt op.

In Koach bewaar je de basisopstelling bij **Opgeslagen opstellingen** en teken je formaties en combinaties op het **Tactisch bord**, dat je kunt delen met **Deel als afbeelding**.

Je mag dit sjabloon vrij gebruiken, kopiëren en aanpassen.